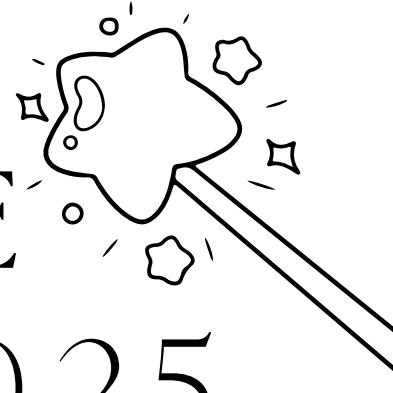


# BILAN DE L'ANNÉE 2025

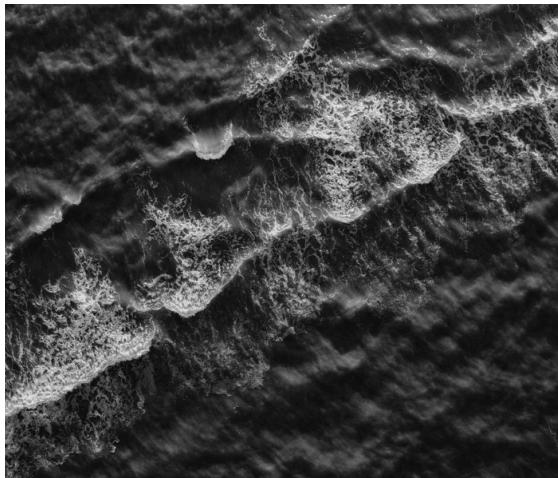
*Pour mieux aborder 2026...*



# ELLE EST FINIE!

*enfin!*

2025 était une année 9 en numérologie (une année de clôture). Elle invite à faire le bilan, à terminer ce qui est en cours et à laisser partir ce qui n'est plus juste. C'est un temps d'intégration et de libération, qui prépare le terrain pour un nouveau départ l'année suivante.



## BOULEVERSEMENTS

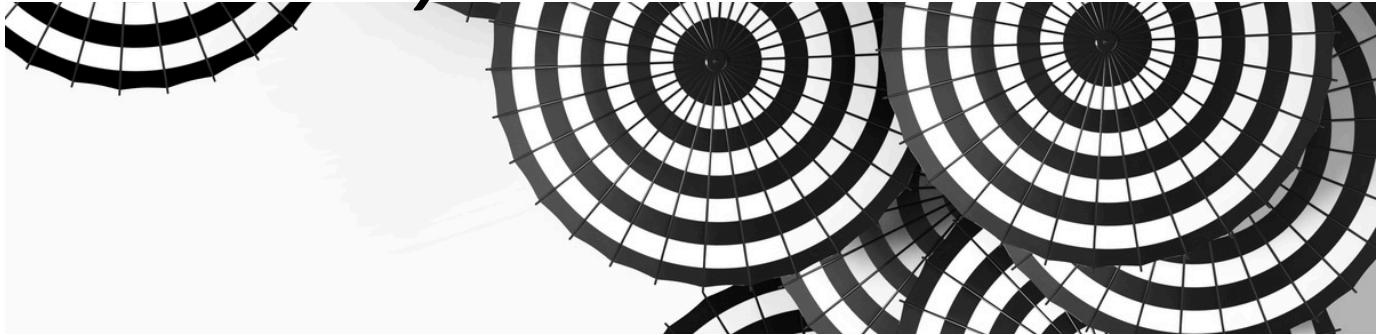
C'est en grande partie pour cette raison que l'année qui vient de s'écouler a été particulièrement difficile à traverser, extrêmement remuante, bouleversante et déstabilisante.

## SI ON EN FAISAIT QUELQUE CHOSE?

Ce bilan est une invitation à regarder l'année qui se termine comme un passage, à en reconnaître l'empreinte, afin de franchir le seuil de l'année à venir avec plus de clarté et de conscience.



# *L'empreinte de l'année*



- Si je devais résumer cette année en un mot et une image, lequels seraient-ce?
- Quelle a été la tonalité émotionnelle dominante de mon année ?
- Dans quels moments me suis-je senti(e) le plus vivant(e) ou aligné(e) avec moi-même ?
- Qu'est-ce qui a été le plus difficile ou éprouvant pour moi cette année ?
- Qu'est-ce que cette année a révélé de mon état intérieur ?





## PARTIE 2

### *Les passages*

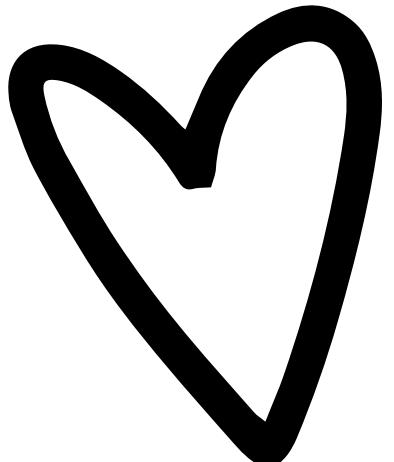
- Quels événements ou situations ont marqué un tournant cette année ?
- Quelles décisions importantes ai-je prises, consciemment ou non ?
- Quelles transitions ai-je traversées (fin, changement, adaptation) ?
- Qu'est-ce qui m'a demandé du courage ou un ajustement particulier ?
- Qu'est-ce qui s'est terminé ou transformé au cours de cette année ?

# PARTIE 3

## *Les miroirs relationnels*

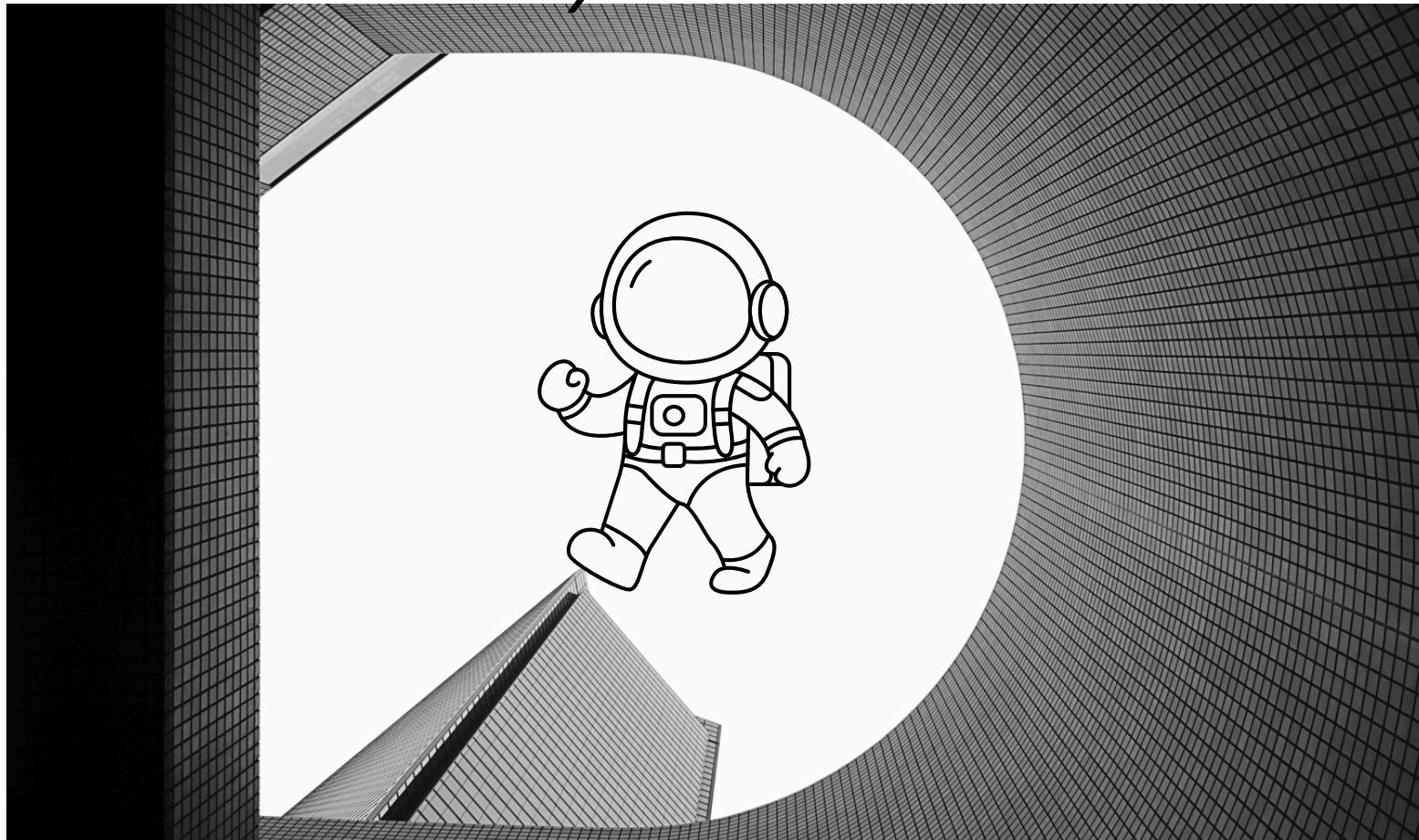


- Quelles relations ont été soutenantes et nourrissantes cette année ?
- Quelles relations ont été sources de tension, de distance ou de remise en question ?
- Qu'est-ce que mes relations m'ont appris sur mes besoins ou mes limites ?
- Quels schémas relationnels ai-je observés chez moi cette année ?
- Qu'est-ce que je ne souhaite plus reproduire dans mes relations ?



# PARTIE 4

## *Les transformations intérieures*

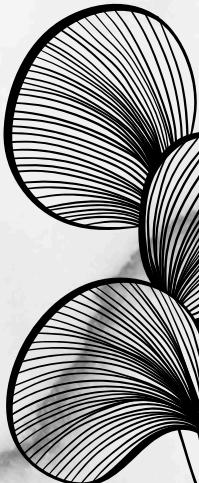


- En quoi ai-je évolué cette année, même de façon subtile ?
- Quelles prises de conscience ont été marquantes pour moi ?
- Quelles parts de moi ont demandé à être écoutées ou respectées davantage ?
- Quelles limites ai-je appris à poser ou à reconnaître ?
- Qu'est-ce que cette année m'a appris sur moi-même ?



# PARTIE 5

## *Mon implication*

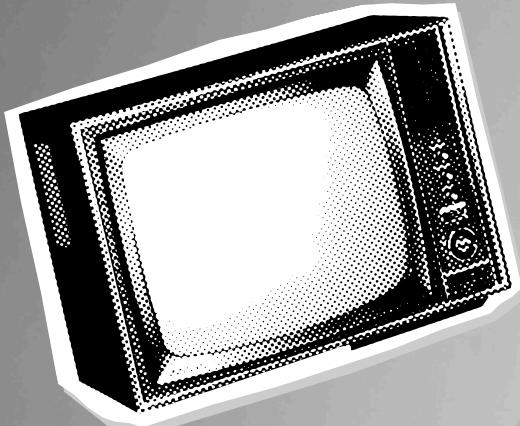


- Comment ai-je vécu mon rapport au travail, à mes activités ?
- De quelles réalisations suis-je fier/fière ?
- Quelles difficultés ou blocages ont été des sources d'apprentissage ?
- Suis-je aligné(e) aujourd'hui avec ce que je donne et ce que je reçois ?
- Qu'est-ce que je ne souhaite plus accepter dans mon engagement ou mon rythme ?



# PARTIE 6

*Ce que je laisse, ce que j'emporte*



- Qu'est-ce que je choisis de laisser derrière moi en quittant cette année ?
- Qu'est-ce que je souhaite conserver et emporter avec moi ?
- Qu'est-ce que je remercie, malgré les difficultés traversées ?
- Quelle qualité ou force ai-je développée cette année ?
- Si cette année avait un message pour moi, quel serait-il ?